



## 妊娠性歯肉炎とは？

妊娠により女性ホルモンの変化で口腔内が様々な変化が生じてきます

妊娠中女性ホルモンが増加し元々口腔内に存在する歯周病原菌が増加します。

歯周病だけではなく、つわりによる清掃不足、生活習慣の乱れ、ストレスなど

**様々な要因で妊娠性歯肉炎が成り立ちます!!**



女性ホルモンの増加



歯周病原菌の増殖を助ける  
つわりによる食事の回数の増加  
つわりによるブラッシング困難 など



虫歯・歯肉炎のリスクが高まる!!

歯周病が進むと、**早産または低出生体重児出産のリスクを高める**と言われていました！

**3カ月に1回の定期検診**をオススメします！

歯磨きのタイミングは食後と決めつけるのではなく、体調が良い時に歯磨きを行い、つわりで難しい時は**うがい**だけでもいいので実践してみてください！

早いもので、今年も残すところ

あとわずかとなりました☆

元気に年末年始を

過ごしたいです🎊

気になっていたお店の

クリスマスケーキ🍰🎄

美味しかったです🎊

サンタの苺🍓🎅が可愛い😊



こんにちは🌸

歯科衛生士の関根です☆

この歯ブラシは最近私が気に入って使っている、ルシェロピセラP-20Mというものです!!

今アイビーでは販売していませんがヘッドのサイズ、毛先の形状が私の好みでした。

歯ブラシ何にしたらいいか迷っている方、一度使ってみてください(\*^\_^\*)



明けましておめでとうございます☆

パートの東です

お正月は飲み過ぎ🍷食べ過ぎ🍴で

2kgも増えてしまいました🙄笑

去年はコンサドーレ🏆がルヴァンの決勝に行けた事が私にとっての最高な出来事

でした🎵優勝こそ逃しましたが選手たちはよく戦ってくれたと思います！

もう来月には今シーズンも開幕しますのでまた素晴らしい景色を見るべく日本中を飛び回りたい🌸と思っております☆



今回の冬は雪不足でしたが、

最近ようやく雪が降り

冬らしくなってきました。

この寒さで風邪をひかないよう

しっかり風邪の予防をして楽しく

冬を過ごしたいですね。

しっかり歯の予防もしましょう♪

